

05/52 Persönlichkeit I Glaubenssätze

Schnelltest

Bitte mache folgenden Selbsttest. Beantworte die nachstehenden Fragen, indem du in dich hineinspürst und auf einer Skala von 1-10 eine Zahl vergibst. 1 ist niedrig, 10 ist hoch.

1. Für wie konfliktfähig hältst du dich?
[1][2][3][4][5][6][7][8][9][10]
2. Wie gut kannst du dich gegen die Erwartungen anderer abgrenzen?
[1][2][3][4][5][6][7][8][9][10]
3. Wie hoch ist deine Lebensfreude?
[1][2][3][4][5][6][7][8][9][10]
4. Wie hoch ist der Druck, unter dem du stehst?
[1][2][3][4][5][6][7][8][9][10]
5. Wie hoch sind die Anforderungen, die du an dich selbst stellst?
[1][2][3][4][5][6][7][8][9][10]
6. Wieviel Raum hast du für Freiheit und Abenteuer in deinem Leben?
[1][2][3][4][5][6][7][8][9][10]
7. Wie stark ist dein Grundvertrauen ins Leben?
[1][2][3][4][5][6][7][8][9][10]
8. Wie optimistisch schaust du in die Zukunft?
[1][2][3][4][5][6][7][8][9][10]
9. Wie ausgeglichen fühlst du dich energetisch, wenn du morgens aufstehst?
[1][2][3][4][5][6][7][8][9][10]
10. Wie selbstbewusst bist du?
[1][2][3][4][5][6][7][8][9][10]

Bei allen Fragen, die du mit einer Zahl unter 6 angekreuzt hast, lohnt es sich, dich damit zu beschäftigen. In diesem Modul bekommst du Selbstcoachingtechniken. Sollten diese nicht ausreichen, vereinbare gern einen individuellen Coachingtermin.